血管畸形团切除＋自体颅骨回植术

焦煤中央医院成功救治13岁脑出血少年

本报讯（记者**朱传胜**）2月20日，因突发脑出血被送到焦煤中央医院抢救的13岁少年小张顺利出院。在该院神经外科二区医护人员的精心治疗和护理下，小张先后接受了脑内血肿清除和动静脉畸形切除术，手术非常成功。不仅如此，神经外科二区还得到该院骨组织移植与再生技术转化医学中心的技术支持，为小张成功开展了自体颅骨回植术，“自给自足”补“脑洞”，助力恢复颅脑。而此项技术的独立开展，在全省尚属少数。自体颅骨回植术的成功，也为我市乃至豫西北地区人民的颅脑修复带来了福音。

花季少年突发脑出血，命悬一线获紧急救治。去年12月10日12时12分，在博爱县一所初中上学的小张正在写作业时，突然剧烈头痛，并伴频繁喷射性呕吐。随后，其被送到当地医院做CT检查，结果显示为左侧额叶脑出血并脑疝形成。

为了让孩子得到更好救治，小张的家人当即决定将其转诊到焦煤中央医院进行救治。时间就是生命。该院神经外科二区主任赵占升接到救治患者的消息后，迅速组织科室人员开通绿色通道，火速完善术前准备。赵占升结合自身丰富的临床经验，迅速判断小张为颅内动静脉畸形（AVM）破裂出血所致。小张转入该院后紧急做了头部CTA检查，不出赵占升所料，小张最终被确诊为左侧额叶动静脉畸形破裂出血。

脑血管畸形就是一团畸形血管长在正常的脑组织里面，发展到一定程度后，就容易破裂出血，是青少年发生脑卒中的常见致病原因，非常凶险。由于患者年轻且病情严重，这注定是一场难度大、与“死神”赛跑的救援。

赵占升为患者拆线。 本报记者 **朱传胜** 摄

在极短的时间内，赵占升组织科室人员以最快的速度将小张推进手术室行开颅血肿清除加血管畸形团切除术。手术很成功，术中顺利清除颅内血肿，完整切除血管畸形团，并去除了左侧额顶部的部分颅骨，此举可以快速有效降低颅内压，提高患者生存率和治愈率。随后，该院神经外科二区给予小张高压氧及康复治疗，仅用20天，小张就逐渐康复，不仅能开口说话，四肢还能自如活动。“患者很年轻，以后的路还很长，所以术中我们做得非常精细。如今，患者预后良好，这在临床上非常少见。”赵占升说。

开颅手术留存颅骨骨瓣，新技术助颅骨“重装”。今年2月份，小张在家人的陪伴下重返该院，再次手术的重点是颅骨回植术。

“如果患者恢复程度非常好，颅内压力不高，第一次手术后50天，即可进行颅骨修补。”赵占升说。令小张及其家人感动的是，这次手术补上的颅骨，竟然是当初开颅时被取下的自身骨瓣，而不是往常的钛网合金等人工合成材料。

“颅骨是头上很重要的骨头，它是我们大脑与外界的屏障，保护着脑内组织的正常运行，颅骨可能因为很多的原因而造成缺损，比如不慎从高空摔落、被重物击伤容易造成脑部的损害或是因为颅骨本身的病变需要做去骨瓣手术，从而造成颅骨缺损。”赵占升说，“从患者自身取出，与缺损部位完全一致，不需要塑形，无排异反应，还能恢复颅骨的血供、保温、抗震等天然属性，是目前公认的理想选择。”

自体颅骨回植最难的不是手术，而是体外储存。从取下到回植，短则1个月，长则1年，在这个过程中保持无菌和维持颅骨的活性是两大难点。高温或其他常规灭菌方式，都会破坏颅骨的活性。该院去年成立的骨组织移植与再生技术转化医学中心，可以提供此类技术支持。

赵占升说：“考虑到患者仅有13岁，大面积颅骨缺损将给他的生活和心理造成影响。我们在实施开颅手术时，就没有将取出的骨瓣当医疗垃圾处理，而是采用了清洗、灭菌、超低温储存等自体颅骨体外储存新技术，将它保存了下来。”

2月5日，赵占升带领科室人员为小张开展该院建院以来首例颅骨缺损自体颅骨回置术，能独自依靠医院技术实力开展此项手术，在全省尚属少数。

颅骨缺损修补手术过程中，赵占升沿着原手术切口，切开头皮，取出“等待已久”已消毒好的自体骨瓣，覆盖缺损区域、固定，严密缝合、止血……实现原位自体回植。成功实施自体颅骨回植术后，小张恢复良好。

对此，小张的家人激动不已。“焦煤中央医院不仅给了孩子二次生命，还贴心为孩子装回了自体颅骨骨瓣，不仅孩子少受很多罪，还节省了人工颅骨修补材料费，感谢赵主任和科室的医护人员。”看着孩子恢复得很好，小张父母为该院神经外科二区点赞。

2月20日上午，赵占升为小张成功拆线。随后，小张的家人为其办理了出院手续，同时给神经外科二区送上一面锦旗表示感谢。

医院动态

市人民医院脊髓电刺激术为“植物人”促醒带来新希望

本报讯（记者**孙阎河**）日前，市人民医院神经重症团队为一位重型颅脑损伤后持续昏迷的患者开展高位颈髓脊髓电刺激术，手术过程顺利。术后，患者生命体征平稳。目前，刺激器已顺利开机，正在为患者进行促醒治疗。此项技术填补了我市昏迷促醒治疗领域的技术空白，为神经重症慢性意识障碍患者带来了新的治疗方法和希望。

慢性意识障碍是指发病后连续昏迷超过28天的一种病理状态，包括植物状态和微意识状态，治疗方式包括康复促醒和神经调控手术促醒等方法。我国《慢性意识障碍的神经调控外科治疗中国专家共识（2018年版）》和《慢性意识障碍诊断与治疗中国专家共识》（2020年）均将脑深部电刺激术和脊髓电刺激术作为有效的促醒治疗方法进行推荐。此次进行手术的是一位重型颅脑损伤后持续昏迷数月的女性患者，市人民医院神经重症团队为其开展的经皮穿刺植入短时程脊髓电刺激术，具有手术时间短、费用低等诸多优势。刺激器开机后，进行为期2~4周的促醒刺激治疗，可以在患者昏迷早期予以患者一种更强的神经调控，有利于患者的早期促醒及恢复。

近年来，市人民医院高度重视神经重症专科的发展，2021年，专门安排神经重症监护病房负责人王衍刚赴天津环湖医院，对慢性意识障碍的临床及电生理评估、神经调控手术促醒治疗技术等进行系统学习。该院建立的神经重症监护病房设计理念先进、配套设施齐全，是目前我市规模大、团队实力卓越的神经重症专科，并已经收治了大量神经重症患者及康复促醒治疗患者，先后开展了正中神经电刺激、经颅磁刺激、高压氧治疗、针灸、药物促醒治疗等促醒治疗技术。目前，该院成功开展的高位颈髓脊髓电刺激术和数十台立体定向微创治疗手术，已经为很多长期昏迷及微意识状态患者提供了有效救治。前不久，该院还主办了“首届焦作市神经重症发展论坛”，牵头成立了焦作市神经重症专科联盟。

王衍刚介绍，下一步，该院将充分发挥自身学科优势以及神经重症专科联盟的桥梁和纽带作用，不断提高学术交流质量，积极推动全市乃至更广区域神经疾病诊疗水平的提升、医疗服务的同质化，为更多患者提供更优质、更高效、更精准的医疗服务。

健康小贴士

专家教你如何摆脱节后综合征

本报记者 **朱传胜**

春节假期结束后，一些人会感到疲倦、失眠、昏昏欲睡、难以集中精神，身体好像被掏空……别担心，这是节后综合征在捣乱。对此，市中医院睡眠医学中心主任谢静红支招，教你如何尽快摆脱节后综合征。

谢静红称，在假期或节假日之后，人们由于从放松状态回到工作或学习状态而会出现的一系列身心不适症状，被称为节后综合征，常见的身体症状包括疲劳、头痛、胃肠不适、食欲改变、睡眠障碍等；还可能表现为一系列心理症状，如焦虑、抑郁、情绪波动、注意力不集中等；还会有缺乏动力、工作效率下降、学习兴趣减退等现象发生。

谢静红表示，想减少节后综合征带来的影响，可以尝试从以下四个方面进行自我调节，调整出良好状态。

首先，心理暗示很重要。春节假期结束后，要让心理回归常规化，重新规划新一年的目标，想着今年要做什么可能会更好一点，而不是想着去年做了什么。调整心态，建议提前制定一份任务清单，给自己每天、每周、每月都制订一套合理的充电学习计划，摆脱假期里懒散的状态，让生活重新步入高效的正轨。安排工作要循序渐进，放假期间，工作堆积了不少，突然从悠闲的休假转换到面对一大堆工作，大多数人都会觉得一下子压力倍增。在这种情况下，不要一下子把日程表排得满满的，也不要在假期后立即投入繁重的、充满挑战的项目，把重要的、紧急的事情先做完，有条不紊，循序渐进，工作起来也会轻松些。心理暗示很重要，不管是上班族或者学生，难免会把假期的散漫带到工作或学习中，这是心态没有摆正的原因，所以不断地对自己进行心理暗示是很有必要的，可以迅速摆脱节日状态。

其次，恢复正常作息。假期玩乐过度，甚至通宵饮酒、打牌等，打乱了人体正常的生物钟，造成植物神经系统紊乱，结果“睡眠紊乱”就会找上门，可以通过休息或给身体补充营养得到消除，要做到早睡早起、起居有序，保证足够的睡眠时间。“如果睡眠不足、作息不规律，植物神经调节功能就会发生紊乱，从而影响植物神经调节下胃肠的工作，造成消化吸收障碍。补充睡眠对于肠胃也是一剂很好的‘补药’。过度疲惫引起的‘睡眠紊乱’，每天临睡前可以喝五味子茶，早晚喝些百合粥。”谢静红说。

第三，调整好饮食。春节假期，美味佳肴、酒水零食、不醉不归，让肠胃经受一次又一次过量的洗礼，须不知欠下的债总是要还的，假期一过，则胀满不适、无胃口、恶心呕吐，甚至胃部隐隐作痛、大便干结。面对这些症状，大家应该重点做到饮食荤素搭配，多吃当季水果，少吃或不吃油腻食物，饭后做摩腹，以腹部微微发热为佳，可以加快胃肠蠕动，提升肠动力，给肠胃足够的休整时间，从而恢复原有的功能。

第四，多运动多交流。适当的体育锻炼能提高专注力和睡眠质量，慢跑半个小时、10分钟瑜伽、游泳等有氧运动都是不错的选择。除此之外，散步、晒太阳也是极好的选择。同时，还要学会多与他人交流，把一些消极心理暴露出来，寻找症结所在，然后得到他人的理解，逐渐对事物有一个完整的认识。

谢静红表示，节后综合征的调节需要逐渐恢复工作和生活的节奏，保持积极的心态，合理安排休息时间，并注重健康饮食和锻炼。如果节后综合征严重影响正常生活和工作，可以寻求医生的帮助，以获得更有效的支持和指导。

扫一扫 关注我们
焦报健康微信公众号

市人民医院上线多种病毒快速核酸检测

本报讯（记者**孙阎河**）近期，针对春节返乡人群流动大、人群密集，呼吸道感染疾病呈高发的趋势，市人民医院迅速上线甲型和乙型流感病毒、肺炎支原体、合胞病毒、腺病毒的快速核酸检测，并将甲型和乙型流感病毒核酸检测的实验室诊断时间从原来的2~6个小时缩短至最快49分钟，极大加快了呼吸道感染的诊断和治疗时间，缓解了儿科门诊、呼吸科门诊、发热门诊的人群聚集和接诊压力。

冬春季是呼吸道病原体感染的高发期，但不同病原体感染引起的临床症状往往比较类似，而在治疗用药上却不尽相同。所以在临床治疗上，核酸检测对病原体的鉴别诊断十分重要。不过以往，因为病原体核酸检测对设备、人员、技术以及实验室场地等都要求很高，临床病原体核酸检测开展得并不十分广泛。近年来，市人民医院分子诊断实验室无论在设备投入、场地建设、人员培训、制度完善、技术提升等方面，都得到了极大进步。此次，为了更好地服务患者、服务临床，该院分子诊断实验室进一步优化流程、规范操作、严格消毒以及强化设备维护，使全科室的人员和设备始终处于一个最好的工作运行状态，并不断运用新的检测方法，以满足病原体快速核酸检测的需要。

市人民医院分子诊断实验室人员正在进行病原体核酸检测。 本报记者 **孙阎河** 摄

该院分子诊断实验室主任何利表示，甲型和乙型流感病毒等病原体快速核酸检测既有灵敏度高、特异性强的优势，又兼具检测速度快的特点，特别适用于急诊、儿科、发热门诊呼吸道感染患者的病原体早期诊断。目前，各种呼吸道病原体感染普遍高发，如果患者出现上呼吸道感染症状，要及时就诊，并进行病原鉴别诊断，这样可以有针对性地进行治疗，有效缩短病程，降低传播风险和重症风险，减轻患者经济负担，特别是能有效减少抗生素的使用。下一步，该院分子诊断实验室将进一步增强服务意识、提升服务质效，为全市人民提供更加便捷、优质的医疗保障。

褚新建：19年献血40次的“血站人”

褚新建

2月21日，位于市东方红广场的群众文化艺术中心二楼的爱心献血屋里，市中心血站体采科科长褚新建正在献血。“这是我第40次献血了，参加无偿献血已经是我日常生活的一部分。”褚新建说。

褚新建今年44岁，第一次参加无偿献血是在19年前。2005年，刚大学毕业的他到市中心血站工作。大学所学专业是临床医学，对无偿献血相关知识较为了解，他坚定地认为这是一件助人利己的事情，一定要找机会参加。机会来了，当年在外出组织无偿献血活动中，他撸起袖子，首次捐献了400毫升，成为一名无偿献血者。“没有不适应的症状，想到我献血能治病救人，内心十分自豪。”他说。

从那以后，只要有机会，褚新建就会参加无偿献血。他参加无偿献血的地点有时在采血车上、有时在爱心献血屋、有时在一些单位组织的集中献血现场。“无论地点、场景，只要身体条件允许，距离上次献血的时间间隔够，我就会献血。”他说。19年间，他从市中心血站的普通员工，成为体采科科长；献血次数从0次累计到40次。其中，共捐献全血30次，累计12000毫升；单采血小板10次，15个治疗量。

身体力行为无偿献血事业作贡献，已成为褚新建的人生信条。除了他自己献血，他还抓住一切机会，向社会宣传无偿献血相关知识，组织各种形式的无偿献血活动，为我市的临床医疗救治提供保障。“捐献可以再生的鲜血，挽救不可重来的生命，血液是不可替代的稀缺医疗资源，希望更多人加入无偿献血队伍，完成更多生命的接力。”褚新建说。

本报记者 梁智玲 文/图

相关链接

成分献血

献血地点	服务时间	服务热线
东方红广场爱心献血屋（市群众文化艺术中心二楼东厅）	周一至周五	3933317 18339102035
博爱县爱心献血屋（博爱县东关大桥中山广场）	周一至周五	18339102038
武陟县爱心献血屋（武陟青少年宫门口）	周一至周五	15003911823
市中心血站	周一至周五	2856516 2856517

全血献血

献血地点	服务时间	服务热线
东方红广场爱心献血屋（市群众文化艺术中心二楼东厅）	周一至周日	3933317 18339102035
人民路爱心献血屋（人民路与解放路交叉口东北角）	周一至周日	18339102037
博爱县爱心献血屋（博爱县东关大桥中山广场）	周一至周五	18339102038
修武火车站广场（采血车）	每月6~15日	18339102036
温县子夏公园南口（采血车）	每月16~31日	18339102036
武陟县爱心献血屋（武陟青少年宫门口）	周一至周五	15003911823
沁阳音乐广场（采血车）	每月1～15日	18339102039
孟州新中医院门口（采血车）	每月16～31日	18339102039

如果您距上次献血已满6个月，欢迎您持本人身份证再次参加无偿献血，感谢您的参与！

身边提示

新研究：高枕并非无忧

新华社东京2月20日电（记者**钱铮**）有些人睡觉时习惯用很高的枕头。一项新研究发现，使用过高的枕头可能诱发自发性椎动脉夹层，而这是导致脑卒中（俗称中风）的原因之一。研究人员指出，高枕并非无忧，人们在选择枕头时还需多加注意。

日本国立循环器官疾病研究中心等机构的研究人员近日在《欧洲卒中杂志》上发表文章说，自发性椎动脉夹层是一种动脉血管病变，发病原因尚不十分明确。由于不少患者醒来时出现颈部、头枕部疼痛等症状，且一些患者有使用高枕头的习惯，于是他们决定研究这种疾病是否与高枕头的使用有关。

他们以2018年至2023年间在日本一家医疗机构接受治疗的53名自发性椎动脉夹层患者为研究对象，并选取同时期53名罹患其他疾病的患者作为对照组，调查这些人平时使用的枕头高度。参考相关专家意见后，研究人员将高度超过12厘米的枕头定义为高枕头，将高度超过15厘米的枕头定义为极高的枕头。

调查显示，自发性椎动脉夹层患者组有18人使用高度超过12厘米的枕头，而对照组只有8人。具体到枕头高度超过15厘米的情况，患者组有9人使用极高的枕头，而对照组只有1人。研究人员说，这表明枕头的高度与自发性椎动脉夹层的发病存在关联。

研究人员说，一些自发性椎动脉夹层患者发病可能是使用过高的枕头导致的，使用高枕头时，脖子的弯曲程度较大，尤其在翻身等导致脖子转动的情况下容易损伤血管，因此应避免使用过高的枕头。

警惕！切莫让“开学季”成为“生病季”

本报记者 **朱传胜**

随着寒假接近尾声，不少学生将重返校园。然而，返校后人群聚集性高、近距离接触频繁，给了呼吸道、胃肠道传染病可乘之机，一旦有个别师生被感染，极容易引起传播和流行，“开学季”很有可能变成“生病季”。对此，河南理工大学第一附属医院儿科主任杨菊萍支招，帮助家长破解孩子“一开学就生病”的难题。

杨菊萍称，从多年临床经验来看，“一开学就生病”是正常现象。春季“开学季”正值冬春季节更替，天气忽冷忽热。冬季的寒冷还未散去，春天的温暖逐渐到来，人的生理机能一会儿是冬季收缩型、一会儿又是春季亢进型。大人都容易不舒服，更何况是体质相对较弱的孩子，一不小心就感冒咳嗽。春季也是呼吸道和消化道疾病高发季，若孩子免疫力低，很容易引发各种疾病，而且寒假过后，孩子们重新融入集体生活，一起学习、玩耍，交叉感染细菌、病毒的机会增多。因此，春季“开学季”孩子会比较容易生病。此外，寒假期间，孩子在家难免有些“放纵”，大吃大喝、晚睡晚起。新学期开学了，孩子从饮食习惯和结构，到睡眠作息、排便习惯都发生了变化。由于短时间内无法适应，可能出现喝水少、挑食、偏食，甚至消化功能紊乱、睡眠缺乏等情况，容易生病。很多孩子活泼好动，没有较强的卫生意识，没有养成饭前便后洗手等良好的卫生习惯，极易造成“病从口入”。

“开学季”如何降低孩子生病概率？杨菊萍建议做好以下五个方面：一是遵循传统的“春捂秋冻”规律，初春不要急着脱去冬装，尤其要注意脚部保暖，根据天气变化和体质情况，适时增减衣服；二是帮助孩子调整作息时间，把孩子在寒假和春节期间错乱的生物钟拨正。建议晚上9时左右入睡，中午让孩子小睡一下，减少孩子看手机或电视的时间，引导孩子看书、写字、画画等；一日三餐最好按着学校时间来，均衡营养，适当搭配粗粮和杂粮，少吃高糖、高脂、油炸食品和零食，多吃新鲜蔬菜和水果，保证每天充足的饮水量；三是外出佩戴口罩，尽量减少人群聚集，少去人群密集场所；四是做好个人卫生，勤洗手、勤更衣，注意口腔卫生；四是适当增加户外活动，因为运动不仅能促进身体的血液循环、增强心肺功能，还可以提高皮肤调节温度的能力、维护淋巴系统的功能，从而提高身体的抗病能力；五是预防接种，除了诺如病毒引起的感染性腹泻无针对性疫苗外，流感、手足口病、水痘、流行性腮腺炎等传染性疾病均有疫苗可以接种预防。